コープいしかわ

とらいあんぐる

7
2024
Vol.292

特集
どれが好き？お豆腐徹底比較！

産地・メーカーをたずねて
株式会社マルタ、エースプラン

令和6年能登半島地震
コープいしかわが取り組んだこと

みんなのレシピ
夏野菜を使ったレシピ

1

2

3

4

5

6

7

1～3.収穫時期のじゃがいも畑(5月末～6月上旬)　4.6月の里いも畑。8月の収穫に向けて生育中。生産者のお一人 後藤寿一(ごとうじゅいち)さんと三藤千秋さん 5～7.にんじん収穫機での収穫。付け根を挟んでベルトで上まで運び、葉を切り取る。後方に乗っている人が割れているものを取り除く。次々と大きな袋に入れられる。7の畑を1日半で収穫する

産地・メーカー をたずねて

株式会社マルタ
株式会社エースプラン
熊本県

土づくりにこだわり 安心・安全でよりおいしいものを

コープファミリーの産直産地であるマルタは北海道から沖縄まで1,600を超える契約生産者が出資してつくった株式会社です。その生産者のお一人、熊本県上益城(かみましき)町で特別栽培のじゃがいもやにんじんを生産するエースプランの長尾成敏さんにお話を伺いました。

株式会社マルタの生産者のお一人
エースプラン 長尾 成敏さん

産直 特別栽培マルタの新メークイン
700g(サイズおまかせ)
〈次回7月3回〉322円(税込)

episode 1 マルタとのつながりは37年前から

マルタの歴史は熊本県田浦(たのうら)町で有機農業を志した甘夏みかん農家の親子2人から始まり、土づくりにこだわった南九州の生産者が集まって1975年に設立しました。社名の由来は親子の故郷にちなんで「田」に「マル」でマルタ。現在、有機農業や環境保全型農業などの持続的な農業経営をめざすという理念に賛同した全国の生産者と契約し、その農産物を全国の生協などへ販売する青果物卸売事業を行っています。

長尾さんはにんじんや里いも、さつまいも、じゃがいもなどの根菜を中心に生産しています。今年還暦を迎える長尾さんは23歳頃にマルタに出会い、それからずっと生産者として関わってきました。

episode 2 熊本地震で被災

長尾さんは2016年4月に起こった震度7の熊本地震で被災しました。「前震の2日後16日に起きた本震で自宅は全壊し、畑や作業場も全て使えなくなりましたが、家族と従業員、仲間の生産者も皆無事だったので、とにかく前を向くしかないという気持ちだけでした」。発災当時はちょうどにんじんや新玉ねぎの収穫時期。大量の野菜をすぐに掘り出して洗浄、選別、出荷しないと全てダメになってしまいます。「被害の少なかった近隣の農家仲間がにんじんを掘ってくれました。そして長崎の農家に収穫した野菜を持っていって洗浄や選別をしてもらいました。県内外の皆の協力のおかげでやっと出荷することができました。野菜の輸送費もかかり価格は高くなりましたが、復興応援セールで購入してもらうことができ本当にたくさんの方に助けていただきました」と長尾さんは当時を振り返ります。

episode 3 土づくりにこだわった特別栽培

大規模農業化が進む中、加工用農産物を作る生産者が増え、形や大きさを揃える必要のある消費者向けの農産物を作る生産者は減っているそうです。

しかし、長尾さんは土づくりにこだわり、化学肥料も農薬も半分以下に抑える特別栽培を消費者のために続けています。「化学肥料や農薬に頼っていると土がダメになって、継続しておいしい野菜が作れなくなるんです。その作物に合った肥料成分を調整することで元気な野菜に育ちます。それに、化学肥料で簡単に育ったものはやっぱり日持ちも悪いんです。野菜は市場価格に左右されて採算が合わないときもありますが、生協向けに作る野菜は購入してくれる組合員がいるので、計画的に作付けや設備投資ができるんです」。

安心・安全でおいしい長尾さんの農産物はマルタを通して全国の生協や契約栽培先に出荷されています。長尾さんは今日も大きなトラクターに乗って、おいしい野菜を毎年作れるように土づくりを大切にしています。

Memo

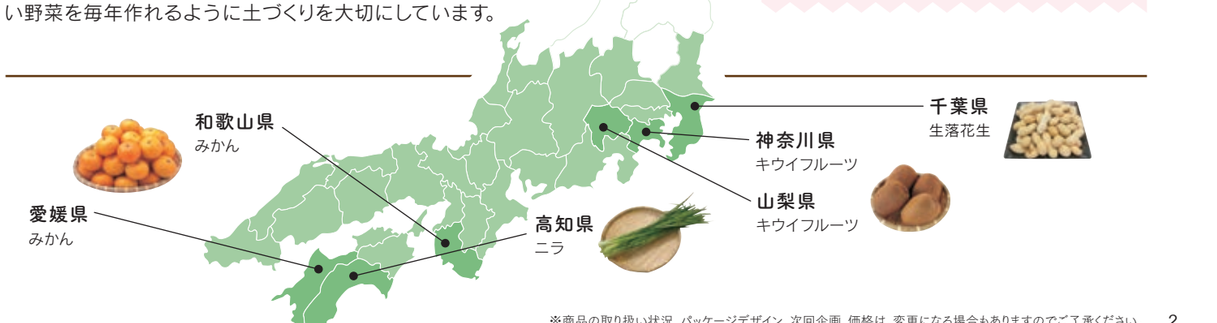
長尾さんからのメッセージ

このたびの令和6年能登半島地震で被災された皆さまに心よりお見舞い申し上げます。私の会社からも、能登にいる友人に向けてカセットコンロとガス、コーヒーやスープなどの温かい飲み物を何箱か送りました。熊本地震のときはだんだん暑くなる時期だったので、冷蔵庫が使えない中、釣具屋の友人に分けてもらった氷で冷やした飲み物を近所の方と分け合いました。震災で、生活環境が整ってこそ前を向いていけると実感しました。人と人とのつながりが一人ひとりの気持ちを強くしてくれました。

熊本地震直後の冷蔵庫
停電のため出荷待ちのにんじんは廃棄となった

株式会社マルタの産直産地マップ

コープファミリー掲載の野菜・果物
全国の産地をリレーして旬のこだわり農産物を1年中安定してお届けしています。



※商品の取り扱い状況、パッケージデザイン、次回企画、価格は、変更になる場合もありますのでご了承ください。

どれが好き？

お豆腐徹底比較！

冷奴で豆腐を味わう季節。コープファミリーとじわもーるで定期的に掲載されている豆腐7種類を徹底比較しました。使用大豆、製造方法、食感などの違いを紹介！あなた好みの豆腐はどれでしょう？

種 豆腐の種類　メ 製造メーカー
カ エネルギー（100gあたり）　賞 賞味期間
¥ 通常価格または6月の価格（税込）
コ コストパフォーマンス（10gあたりの価格）

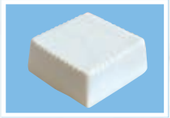
機関紙企画検討委員会で食べ比べました

※味の濃さ・食感の指標は委員の感想を基に表しました。個人の感覚によって差があります。

食べ比べ人気 No.1

食べ比べコメント：ほのかな甘み。硬め。

きぬとうふ
320g



味の濃さ（甘み・大豆感など）：あっさり ●―― 濃い
食感（舌触りが滑らか・つるんなど）：やわらかい ●―― 硬い

きめ細やかで滑らか。飽きのこないスタンダードな味。大豆本来の味・風味を保つため、包装後の加熱殺菌はしていない。じわもーる掲載。

私が選ぶ理由

もっちりとしていて、濃厚な大豆のおいしさが生きています。夏は冷奴で、冬は鍋物や汁物に。わが家では年中欠かせません。
金沢市 I.Sさん（60代）

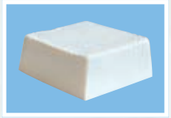
種 カット豆腐
メ 美川タンパク
カ 66kcal
賞 お届け日含め5日
¥ 119円
コ 3.7円

- **使用大豆…**フクユタカ・国産、直近では滋賀県産
- **豆乳濃度…**15～15.5%
- **原材料…**大豆（国産）／凝固剤 *硫酸カルシウムとにがり

食べ比べ人気 No.2

食べ比べコメント：甘みが強い。もちっとしている。

こだわりきぬとうふ
300g



味の濃さ（甘み・大豆感など）：あっさり ●―― 濃い
食感（舌触りが滑らか・つるんなど）：やわらかい ●―― 硬い

大豆本来の味が生きている。ほのかに甘いのはにがりの味。大豆本来の味・風味を保つため、包装後の加熱殺菌はしていない。じわもーる掲載。

私が選ぶ理由

滑らかで、大豆の香りがして、生姜、わさびなどたくさんの薬味で味わいます。金沢市 T.Nさん（60代）

大豆の甘みがあり、おいしいです。孫たちのお気に入りは豆腐となめこのみそ汁。
羽咋市 H.Hさん（70代）

種 カット豆腐
メ 美川タンパク
カ 66kcal
賞 お届け日含め5日
¥ 151円
コ 5.0円

- **使用大豆…**フクユタカ・国産、直近では滋賀県産
- **豆乳濃度…**15～15.5%
- **原材料…**大豆（国産）／粗製海水塩化マグネシウム（にがり）

美川タンパク
（白山市）

「豆腐に嘘をつくな！」を合言葉に130年以上前の創業時から一切の妥協なく豆腐作りに真摯に向き合う。素材本来の風味が失われないよう、賞味期限を延ばすことができる包装後の加熱殺菌をあえてしていません。にがりは能登産の天然にがりを使用。天然のにがりに含まれるミネラルやアミノ酸はおいしさの決め手になるため、あえて繊細な扱いを必要とする天然の能登産海水にがりを使用しています。

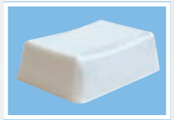
椿き家
（つばきや）
（広島県三原市）

大豆と水とにがりのみを使用した豆腐作りにこだわり、安心・安全な豆腐を製造している。高知県室戸岬沖のミネラル豊富な海洋深層水から作られたにがり（粗製海水塩化マグネシウム）を使用。

食べ比べ人気 No.3

食べ比べコメント：硬めのプリンみたいな食感。大豆の香りがある。

かたぁ～い絹
（300g）×2



味の濃さ（甘み・大豆感など）：あっさり ●―― 濃い
食感（舌触りが滑らか・つるんなど）：やわらかい ●―― 硬い

高知県室戸岬沖のミネラル豊富な海水から作られたにがりを使用。硬め仕上げ。濃厚な大豆の風味と、すっきりとした後味。にがり以外の添加物（消泡剤、乳化にがり）不使用。

私が選ぶ理由

舌触りが滑らかで豆腐の甘みがとてもおいしい。冷奴がgood。有名店の取り寄せ豆腐もいろいろ食べてるけどこれが一番おいしい。　志賀町 N.Sさん（50代）

種 充てん豆腐
メ 椿き家
カ 57kcal
賞 お届け日含め10日
¥ 181円　コ 3.0円

- **使用大豆…**国産丸大豆（遺伝子組み換え大豆と分けて管理）
- **豆乳濃度…**12%以上
- **原材料…**丸大豆（国産）（分別生産流通管理済み）／凝固剤（粗製海水塩化マグネシウム（にがり））

国産大豆のべんりな絹豆腐
300g（2個）

味の濃さ（甘み・大豆感など）：あっさり ●―― 濃い
食感（舌触りが滑らか・つるんなど）：やわらかい ●―― 硬い

人の手に触れることのない自動豆腐製造ラインによって製造。大豆感があり、滑らかな食感。消泡剤不使用。

私が選ぶ理由

なんといっても2つに区切られていて、1丁使いたいときと半丁だけのときと使い分けができるのがとっても便利です!!
小松市 Y.Sさん（40代）

種 カット豆腐
メ 四国化工機
カ 59kcal
賞 お届け日含め8日
¥ 140円　コ 4.7円

- **使用大豆…**国産大豆　● **豆乳濃度…**10.9%±0.5
- **原材料…**大豆（国産）（分別生産流通管理済み）／凝固剤（塩化マグネシウム含有物）

充てんにがり豆腐
200g×2

味の濃さ（甘み・大豆感など）：あっさり ●―― 濃い
食感（舌触りが滑らか・つるんなど）：やわらかい ●―― 硬い

北海道産大豆の甘みと滑らかな食感。人の手に触れることのない自動豆腐製造ラインによって製造。消泡剤不使用。

私が選ぶ理由

国産大豆使用と日持ちの長さで選びますが、割としっかりめで、滑らかで味もおいしいので気に入ってます。大きめカットですまし汁の具としてよく食べます。　加賀市 Y.Hさん（60代）

種 充てん豆腐
メ さとの雪食品
カ 61kcal　賞 16日
¥ 130円　コ 3.3円

- **使用大豆…**北海道産大豆　● **豆乳濃度…**10.9%±0.5
- **原材料…**大豆（国産）／凝固剤（塩化マグネシウム（にがり））

国産大豆100%とうふ家族
80g×4

味の濃さ（甘み・大豆感など）：あっさり ●―― 濃い
食感（舌触りが滑らか・つるんなど）：やわらかい ●―― 硬い

無駄なく使える便利な4個小分け。人の手に触れることのない自動豆腐製造ラインで製造。大豆感があり、滑らかな食感。消泡剤不使用。

私が選ぶ理由

国産大豆がうれしい。必要な分だけ使い切れて無駄になりません。他の豆腐より長持ちなのがいいです。
金沢市 T.Kさん（70代）

種 充てん豆腐
メ さとの雪食品
カ 51kcal　賞 22日
¥ 135円　コ 4.2円

- **使用大豆…**国産大豆　● **豆乳濃度…**10.9%±0.5
- **原材料…**大豆（国産）／凝固剤（塩化マグネシウム（にがり））

さとの雪食品・四国化工機
（徳島県阿南市）

大豆・水・にがりの素材に徹底的にこだわり、安心・安全な豆腐を全国にお届けしている。四国化工機は充填包装機などの機械メーカーであり、さとの雪食品はそのグループ会社。消泡剤を使用せず、真空脱気により豆乳に含まれる気泡を取り除く技術を持つ。

富山ホーム食品
（富山県滑川市）

「豆腐は水が命」として立山連峰の伏流水を使用。加熱、冷却、容器の密封状態、官能検査に重点を置いて安心して食べていただける豆腐を製造。

農薬を使っていない大豆の充てん豆腐
300g

味の濃さ（甘み・大豆感など）：あっさり ●―― 濃い
食感（舌触りが滑らか・つるんなど）：やわらかい ●―― 硬い

原料大豆は農薬・化学肥料を使わない特別栽培。立山連峰の伏流水を使用。滑らかな舌触り。容器には開けやすいフィルムを使用。大豆を均一に煮込むため消泡剤を使用。

私が選ぶ理由

味付けなしでこのままでもおいしいです。栽培期間中、農薬を使っていないのもいいですね。
加賀市 F.Kさん（70代）

種 充てん豆腐
メ 富山ホーム食品
カ 55kcal　賞 10日
¥ 70円　コ 2.3円

- **使用大豆…**カナダ産丸大豆（農薬・化学肥料を使わない特別栽培）
- **豆乳濃度…**11.5～12%
- **原材料…**丸大豆（カナダ）（分別生産流通管理済み）／豆腐用凝固剤（塩化マグネシウム含有物、グルコノデルタラクトン）

委員のおすすめトッピング

小田原屋 食べるオリーブオイル

ザクザクとした歯応えのフライドガーリックもオリーブオイル自体もおいしい♪

京都山田の一番絞りごま油＋ローズソルト

あっさりしたごま油と香ばしい風味が食欲アップ！

豆腐のギモンを解決！

豆腐の異名「奴」の由来、製造方法による豆腐の種類、にがりって？消泡剤って？がわかります。
とらいあんぐる2019年6月号 特集「豆腐の魅力再発見!!」

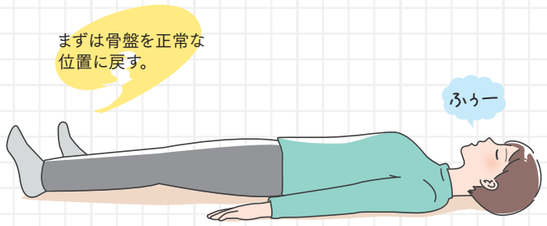
Refresh Time
リフレッシュタイム

おうちでできるワンポイント体操

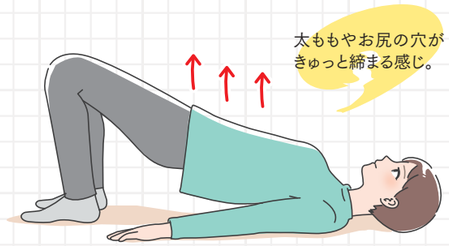
池田 由衣さん

骨盤はその人の生活習慣によって開いたり、左右差ができたりします。骨盤のゆがみを整えると骨盤が締まり、骨盤周りの血流が良くなり、体がぽかぽかしてきます。寝る前に行うと背骨の内側にある自律神経が調整され、眠りが良くなります。コープいしかわ教え合い講師で一般社団法人体力メンテナンス協会 体力指導士の池田由衣さんに教えていただきました。

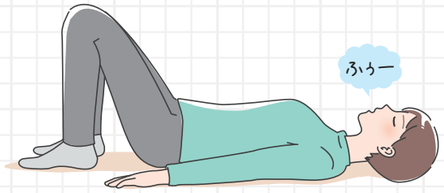
寝る前の骨盤ケア



STEP 1
仰向けに寝る。足幅は肩幅よりやや広めで、両手の平を下に向ける。鼻から大きく息を吸い、吐きながら体の力を抜く。



STEP 2
両足を立て、お尻の近くに引き寄せる。両手で体を支え、鼻から大きく息を吸いながら、骨盤をゆっくり持ち上げていく。首の後ろから膝までをぐっと持ち上げ、おへそを天井に向けるイメージ。



STEP 3
息を吐きながら、首の後ろからゆっくり下ろしていき、全部床に着いたら息を吐き切って脱力する。❷～❸を3～5回繰り返す。

毎日または2日に1度、習慣化しましょう。起床時に行うのも効果的。スムーズに目覚められます。下垂した内臓を本来の位置に戻したり、お尻がきゅっと引き締まったりして、筋トレ効果も期待できます。
※骨盤を上げるとき、どこかに痛みを感じたら無理をしないようにしましょう。

今月の花
July

みんなの画像投稿コーナー

ガッツァリアダブルピンク
── 白山市 ヘビさんママさん ──

6月頃から次々咲いています。父が植えたのですが、初めて咲きました。

あなたの写したお花の画像募集中!
9・10月に咲く花の画像を募集します。掲載された方には500ポイント進呈。

宅配ものがたり

組合員さんと地域担当者の会話をもとにつづるほっこりエピソード

これからもおいしい商品教えてね♡

担当地域が変わって初めての配送時、ある組合員さんとのごあいさつから、コープの「たまごスープ」の話になりました。「えっ？今まで担当さんから商品のおすすめされたことなかったんやけど、若林さんおすすめしてくれるの～！！」と言われました。そして、「こうやっておすすめされたらうれしくて…これからもおいしい商品、教えてね♡」と、その場で「たまごスープ」をご注文いただきました。私もうれしいです！

古府センター 新神田・米丸・中央・押野地区担当 若林さん

ホームページ・SNSで宅配ブログを掲載しています。

令和6年能登半島地震 コープいしかわが取り組んだこと

コープいしかわは震災で被害に遭われた皆さまが日常の暮らしと笑顔を取り戻すその日まで、寄り添い続けていきます。組合員や全国の生協とともに社会の一員として取り組んだことを報告します。（6月11日記）

どこにいても安心して利用ができるように

組合員を探して仮設住宅を訪問

組合員の安否確認や、避難先の確認が取れていない組合員の所在確認を進めるため、仮設住宅を職員が訪問しています。また生活環境が変わりお買い物に不便を感じている方へコープの宅配が暮らしのお役に立てるようご案内しています。

5月30日(木)
能登町の仮設住宅訪問 ▶

コープのつながりを復興の力に

買って支える！じわもーるで復興応援企画スタート

被災した生産者やメーカーの商品や能登の原料を使用した商品を「じわもーる」で企画し、組合員にご利用いただくことで支援につなげます。それらの商品を集めた復興支援特集を6月1回に実施し、4,069名の方からご利用いただきました。

このマークが目印

次回の特集は8月1回予定です ▲

地域とともに

輪島市の重蔵(じゅうぞう)神社で大学生のボランティア拠点となる巨大テント寄贈

復興ボランティア活動の拠点となる緊急支援用テント2張を金沢大学に寄贈しました。建物の損壊で活動拠点となる場所が不足している奥能登で金沢大学などの学生がボランティア活動の拠点とするため、日本生協連、日本ユニセフ協会、コープいしかわ、日本生協連の物流子会社CXカーゴの4者が連携して寄贈することになりました。

5月11日(土)、輪島市の重蔵神社の駐車場で日本生協連や石川県ユニセフ協会、コープいしかわの役職員が40人余りの学生の皆さんとテントの設営をしました。今後、学生ボランティアがこのテントを拠点に物資の配布や重蔵神社の復興支援などを行っていきます。

縦6m×横12mの大型のテントを設置。このテントは、大規模な災害発生時に学校の仮設教室などとして使用するために保管されていたもの ▶

穴水町へのボランティアバス運行

6月から災害ボランティアセンターで組合員や役職員が日帰りで活動ができるボランティアバスの運行を開始しました。6月、7月には各2回、穴水町災害ボランティアセンターへ派遣します。6月8日(土)、13名の組合員と役職員が中型バスに乗って穴水町へ向かい、ボランティアに参加しました。

能登で初めてボランティアに参加しました。大きな家財を解体したり本や食器をバケツリレーで運んだりとみんなでいろいろな工夫をして作業しました。

被害を受けたお寺から家財やピアノを運び出す ▶

災害ボランティアセンター運営支援

6月より2ヵ月間を目途に、毎週金曜日から日曜日の3日間、コープいしかわと日本生協連、全国の生協職員各1～2名が穴水町災害ボランティアセンターでの運営支援を行っています。

穴水町災害ボランティアセンターにはいろいろなCOOPのビブスが ▶

組合員ができることから復興支援に取り組む
応援ボランティア登録募集中！

登録はこちらから

継続中
●野々市市の2次避難所へおにぎり50個を毎日お届け。おにぎりは米心石川様が製造・納品。野菜ジュースを提供。●金沢市が給与するみなし仮設用生活用品を「くらしと生協」で調達。●輪島市で避難者向け弁当約1,400食を毎日、各拠点まで納品。●栗津温泉の2次避難所の食事を毎日お届け。昼食はコープこまつ、夕食は小松センターから弁当を配送。●日本生協連のご協力を得て、仮設住宅の入居者へコープの調味料セットを本部職員が中心に支援体制を組んでお届け。

組合員から寄せられました

みんなのレシピ

夏野菜を使ったレシピ

トマトざるらーめん

10分 389kcal（1人分）
※冷凍時間は除く

レシピ投稿者 加賀市 かきごおりかさん

【材料（1人分）】
徳用ざるらーめん 和風味…1袋　トマト……小1個　大葉……2枚

【作り方】
❶.トマトは細かく切り、冷凍しておく。
❷.大葉は千切りにする。
❸.パッケージの表記通りにゆでた麺を器に盛り付け、つゆをかけ、❶と❷をのせる。

徳用ざるらーめん 和風味
めん120g×4食、ざるタレ付
〈次回7月4回〉
前回7月2回 538円（税込）

ゴーヤジュース

10分 110kcal（1人分）

【材料（2人分）】
ゴーヤ …… 1/2本
牛乳 …… 180mℓ
バナナ …… 1本

【作り方】
❶.ゴーヤは種とワタを取り除く。
❷.❶とバナナを一口大に切る。
❸.全ての材料をミキサーにかけてかき混ぜ、グラスに注ぐ。

ゴーヤ 140g以上（1本）
〈次回7月3回〉214円（税込）

レシピ投稿者 能美市 まんまるい子さん

なすとツナのマリネ

レシピ投稿者 能美市 E.Nさん

20分 87kcal（1人分）

【材料（2人分）】
きゅうり …… 1/2本
なす …… 1本
トマト …… 小1個
CGC ライトツナフレーク …… 1/2缶
レモン汁 …… 大さじ2
塩・こしょう …… 少々
レモン …… 適量

CGC ライトツナフレーク
70g×3缶
〈次回7月4回〉
前回7月2回 495円（税込）

【作り方】
❶.きゅうりは薄い輪切りに、なすは縦半分に切って薄切りにする。
❷.❶に塩を振り、しんなりするまで6～10分程置いておく。
❸.トマトを1cm角にざく切りにする。
❹.ボウルにレモン汁と塩・こしょうを入れてマリネ液を作り、水気を切った❷、❸、ツナ缶を入れて混ぜ合わせ器に盛り付け、薄切りにしたレモンを添える。

みんなのレシピ大募集

お好きなコープ商品を使ったレシピを教えてください。採用された方には500ポイントを進呈！レシピは一部変更することがございます。予めご了承ください。採用されたレシピの著作権はコープいしかわに帰属します。

募集テーマ　「しめじを使ったレシピ」
上記以外の、「おすすめのレシピ」も募集します！

応募要項　●料理名　●作り方　●使用するコープ商品
●商品またはレシピについてのコメント

応募方法　本誌裏表紙の「お便り記入欄」に記入し、宅配担当者または店舗までお渡しください。

クックパッドの「コポ丸キッチン」にも掲載

毎月更新♪

掲載レシピを実際に作ってみた人のコメント「つくれぽ」も見られるよ！

◀ ホームページからは

※商品の取り扱い状況、パッケージデザイン、次回企画、価格は、変更になる場合もありますのでご了承ください。

コープ北陸からの
安全・安心情報

あんあんニュース

vol.92 後編

調べてみました

気づかないうちに食中毒は忍び寄る
お買い物中の食品の温度は…？

食中毒は調理時や保存だけでなく、食品の購入時にも原因が隠れています。短時間だからと言っても適温以上の状態にさらされれば徐々に品質は落ちてしまうもの。お買い物の間にバッグ内の温度がどのように変化しているかを知ることで、温度管理のポイントをおさえましょう。

ある日のお買い物スケジュール

15:00 車に乗り込み スーパーまで出発！

15:30 スーパーに到着！ テキパキお買い物♪

16:00 お買い物終了！ 次のお店に出発！

16:15 お店に到着！お買い物♪

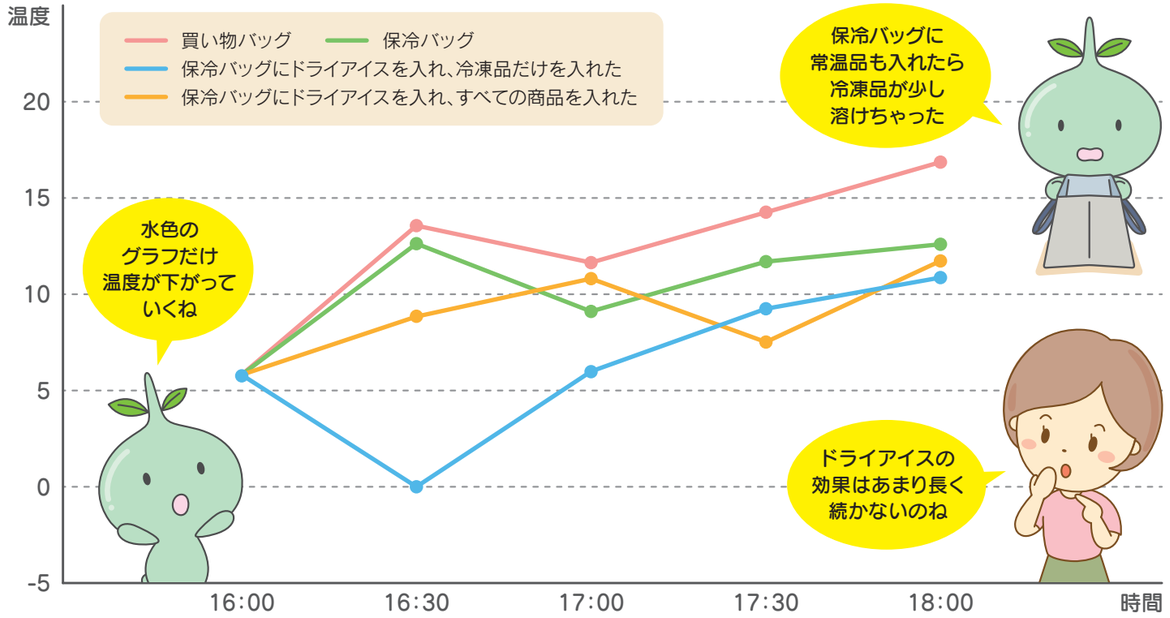
16:30 すべてのお買い物終了！ おうちに帰ろう！

17:00 おうちに到着！ 夕方だけどまだ暑いね

18:00 あっ！買ってきた 食品が置きっぱなし！

同じ条件でお買い物を行い、「買い物バッグ」「保冷バッグ」「保冷バッグにドライアイスを入れ、冷凍品だけを入れた」「保冷バッグにドライアイスを入れ、すべての商品を入れた」場合の温度をそれぞれ時間ごとに測りグラフにまとめました。

バッグの中の温度変化



グラフ結果のまとめ

食品の温度はお買い物中から少しずつ上がり、スーパーを出た後は外気温などの影響を受けてバッグの中（食品）の温度はさらに上昇しています。車内の冷房が効いてくるとバッグの温度にも変化が見られますが、冷凍品に適した温度まで戻ることはありませんでした。また、帰宅後も室温によってバッグの温度が上がり続けていることがグラフからわかります。今回はドライアイスで実験しましたが、保冷効果があるものも常温品を一緒に入れてしまうと効果があまり期待できないこともわかりました。

お買い物のポイント

- ①常温品→②冷蔵品→③冷凍品の順にまわる
- 冷蔵・冷凍品は保冷バッグを利用し、保冷剤やお店にある保冷用の氷を活用する
- 買い物後は寄り道せずまっすぐ帰り、購入した商品は早めに片づける

あんあんくん 第90話 エコバッグのお手入れで食中毒予防！

制作：食品安全推進委員会
監修：コープ北陸事業連合

コープ北陸は、富山・石川・福井の3生協で取扱う商品を企画する事業連合です。商品の仕入れや仕分けなどの事業機能を協働し3生協の力を結集することで、より安全・安心で、より安い商品の供給をめざしています。取扱い商品の安全確認業務も担っています。

食品安全推進委員会とは… 組合員、学識者、コープ北陸役員からなる委員会です。コープ北陸の安全確認業務がしっかり行われているか、対応が適切かなどの監査を行っています。

安全確認業務の結果報告はこちら▶

読者のみなさんでつくる

みんなの広場

「身近な出来事やイラスト」
「テーマトーク」募集中！

自転車

長年乗っていた自転車がさびついたので、思い切って買い換えました。年甲斐もなくピンクゴールドにしましたが、落ち着いた素敵な色合いで、とても気に入っています。近場の美容院や病院、買い物などを楽しんでいます。

小松市 ミキ

風化しないうちに

以前から躊躇（ちゅうちょ）していた手術を震災後に思い切って受けることにしました。1ヵ月の入院後、無事退院しました。1ヵ月経って震災の街並みに少し変化があることを期待していましたが、ほとんど変わらず…。体は時間が薬となりますが、町の元気を取り戻すためにもいろいろなことが風化しないうちに、と願います。

七尾市 11月のたまご

つばめのマイホーム

10年以上ぶりに、つばめがうちに巣を作りました!玄関扉の隅っこのきわどい場所に上手に完成させました。運んできた土や虫、ふんで床は汚れますが、わが家を選んでくれたことはとても嬉しかったので、毎日掃除をしながら、つばめにとっても居心地のいいマイホームにしていこうと思います!

津幡町 ユミツン

今夜はパラダイス

お隣さんから、タラの芽、コシアブラなど春の山菜を5種類いただいたので、早速天ぷらにしました。家族で春を満喫しながらパリパリ食べ、最後に大好きなスギヨのロイヤルカリブをパクパク。ああパラダイス。お隣さん、ありがとう。

羽咋市 まっちゃん

いつになったら

いつになったら…以前のような生活ができるのかな？？なんだか外に出てもスゴイ光景ばかり。どうなるのでしょうか？誰にもわからないのかな…。

輪島市 もんちゃん

加賀市 E.M

笑顔は心を穏やかに

我が子が津幡にある高校に入学しました。中学校からの同級生は少なく、移動教室やお弁当タイムなど心配していましたが、合宿研修などを通して何とか楽しく過ごせているようです。体育館の損壊が激しく、授業のたびにバスで近くの施設へ移動するなど不便もあるみたいですが子どもたちは元気です。笑顔は心を穏やかにしてくれるものですね。

羽咋市 hinata

今できること

能登半島地震が起き、4ヵ月が過ぎました。自分の家に住むことができなくなった方のお気持ちを思うと心が痛みます。「頑張ってください」と軽々しくは言えません。話を聞くことが、今できることかなと思っています。

金沢市 にこ

まど

とらいあんぐるモニターによるエッセイ

笑顔の連鎖

書き人 E・H

小学4年生のとき、担任が産休のため教頭が私たちのクラスを受け持った。紺の背広で授業をする先生。ある日、みんなで前に出て先生を囲んだ。そのとき、黒板消しが落ちて腰に当たり、背広が真っ白に。私は思わず「先生、よごれたよ」とそのあたりを叩いた。その後6年生になり卒業が近付いた頃、男性の担任が病気で休み、また教頭が授業に。やがて小学校最後の通知簿渡しの日となった。その日学校から帰った母が「先生がよく気が付くって褒めてたよ」と嬉しそうに話すのを聞き、自分のしたことで先生も母も喜んでくれたのだと感じた。

50年以上も前のことだが、今も私は人に喜ばれることがしたいといつも思っている。相手の笑顔で自分が幸せな気持ちになれるなんてこんな素敵なことはない。これから先も周りの人がずっと笑顔でいられるようにと願っている。

トントンのパン

トントンさんのパンを初めて食べたのは、今から8年前です。食パンの厚切りでした。「何？このパンは！」と、口にしたときの感動はとても衝撃的でした。何も付けずにそのままだったので、なおのことでした。とらいあんぐる5月号を読んで、早速コープこまつまで買い求めに行って来ました。子どもたちはパンが大好きです。私も負けないくらい好きです。おいしいパンをありがとうございます。

白山市 白山ぷりん

ママさんへエール

春を目前にして里帰り出産を諦めた娘。震災後の諸々を考え、県外での出産を夫婦で決めた。本当なら実家にていろいろ世話をしてやれたのに。娘かわいや～不便でならず、少しばかり仕事を休んでお手伝いへ。同じ経験をされたママさんへ「よくぞ頑張りました」とエールを送ります♡

中能登町 メイプルちゃん

北向きの庭

わが家に北向きの小さなスペースの庭があります。日当たりが悪いので土がジメジメしていますが、植物はカラッとした土を好むものばかりではなく、実は三つ葉やみょうがには最適です！汁物、炊き込みご飯のトッピング、煮物にちょい足し、暑くなれば、そうめんの薬味やかき揚げに。何かと便利で、ふんだんに香りを楽しんでいます。

かほく市 はるん

七尾市 ノエル

テーマトーク
今月は
私のヒーロー

2人の子ども

毎日、子ども2人の育児に追われ、特に上の子には怒ってばかりで反省する日々。そんな中、お弁当を持って公園に行きたいという希望で遊びに行くと、嬉しそうに食べてくれました。最後に「ママありがとう」と言われて、心が救われた気持ちになりました。私の心の小さなヒーローです。

金沢市 夏空

助産師さん

私のヒーローは助産師さんです。初めての出産と育児で、右も左もわからず、抱っこしてもミルクをあげても泣き止まない娘。そこへ助産師さんがさっそうと現れ、娘を預かってくださいました。その姿から後光が差していました。今でもおてんばな娘に振り回されています。あのときはありがとうございました！

金沢市 めいまま

年上の女性

60歳を過ぎて、何に対しても前向きでなくなったときがありました。「もう歳だから○○は無理」「覚えられない」「体が言うことを聞かない」と。そんなとき、「今からが私たちの時間が持てるとき。自分のできること、やってみたいこと、なんでも挑戦。躊躇（ちゅうちょ）している時間ないよ。できるときにやらなくちゃ」とハッパをかけてくれる人がいました。おしゃれで上品で、とても素敵な女性でした。料理が上手で、和歌に親しんで、地域のボランティアに参加する憧れの人でした。私にもできるかなぁと、歩み始めました。

野々市市 ぶすちゃん

娘

私のヒロインは、娘です。デジタル難民に近い私。パソコン、スマホで困ったシーンに直面すると、たちどころに解決してくれます。ネットでのチケットの申し込みも、そばで見守ってくれるので何とか買えます。旅のレジュメも旅行代理店並みに作ってくれます。感謝です。でも、頼りっぱなしは良くないので、1人でもできるようにならないと、と思っています。

金沢市 空木

金沢市 すー（10歳）

夫

私のヒーローは夫くんです。夕食の食器を片付け終えて、疲れた…と思っていると、洗濯かごを持ってさっそうと現れ、洗濯物を干しています。その姿に感動します。

金沢市 パンプキンママ

おたより募集中
募集テーマは
夏の思い出

こんな声がありました！

化粧品を変えたらお肌がかゆくなった…。「化粧品とお肌の相性のお話」

この前の化粧水使ってみた？すごく良くてびっくりしちゃった！

私はなんだか合わなくて…。赤くなっちゃったのよね～。

同じ化粧水を使っているはずなのに、どうしてかしら？

お肌の相性や季節の変化によって
スキントラブルがおきる
こともあるのじゃよ。

化粧品の開発時にはさまざまな試験を行い、製造時も**厳しい品質管理**をしています。しかし、さまざまな要因からお肌のトラブル（スキントラブル）がおきることがあります。

- **季節**（お肌の皮脂や水分量、血流などが変化します。特に春先や紫外線の強い季節はお肌が過敏になります。）
- **年齢**（年齢とともに荒れやすくなります。）
- **食品**（食事によって変化します。栄養バランスがとれた食事をとることも大切です。）
- **病気・その他**（ストレスや胃腸障害・便秘、生理期や更年期などに影響されます。）

POINT スキントラブルがおきたらすぐに使用を中止！

化粧品がお肌に合わないときや、次のような場合には使用を中止してください。そのまま化粧品類の使用を続けると症状を悪化させることがあります。症状が続くときは皮膚科専門医等にご相談されることをおすすめします。

【こんな場合はすぐお医者さんへ！】
- ❶使用中、赤み・はれ・かゆみ・刺激・色抜け（白斑等）や黒ずみ等の異常があらわれた場合
- ❷使用したお肌に、直射日光があたって上記のような異常があらわれた場合
- ❸目に入らないよう注意してください。目に入ったときやかすみ等の異常を感じたときは、こすらずに直ちに洗い流してください。すすいでも異常が残る場合は、眼科医にご相談ください。

豆知識

必ず試し使いをしましょう

初めての化粧品を使う場合や、季節の変わり目などには、ご自身のお肌に合うか、ぜひ試し使いをしてください。

❶上腕（二の腕）の内側の皮膚など、やわらかい部分につけてください。
❷その後、しばらく放置してください。（1～2日間が目安です。）

・上腕内側

※スキントラブルがおきたら、すぐに洗い流してください。
※上記の上腕内側の他に、耳の下からあごの先にかけて、つける方法もあります。（実際にご使用になるお顔に近いお肌で試す方法です。十分にお肌の状態を見ながら、お試しください。）

・お顔（耳下～あご先）

「自分のお肌をよく見てみましょう」
お使いになる前に、お肌に異常がないか確認し、また、傷やはれもの、しっしん等のある部位には使用しないでください。

化粧品類の保管方法も大切です！

- **常温で保管**してください。（商品に記載がある場合はその内容に従ってください。）
- 購入後は**お早めにご使用**ください。
- 開封後は**清潔な手**で使用して、容器から出したものを戻さないようにしてください。
- **フタをしっかりしめて**ください。

コープいしかわの姿

2024年4月1日～2024年4月30日

	予算	実績	前年
宅配事業供給高（億円）	10.9	10.9	10.6
店舗事業供給高（億円）	3.4	3.6	3.3
経常剰余金（万円）	-1,593	-1,819	-3,845

出資金：71億4,971万円（UP 3,928万円）
組合員数：166,212人（UP 428人）
（カッコ内は前月比）

4月度安全確認情報

（3月21日～4月20日 検査結果判明分）

検査名	検査実施数
新商品事前	283品
定例企画商品	350品
残留農薬検査	12品
ヒスタミン検査	1品
アレルギー検査	2品

組合員の環境貢献度（5月度）

商品カタログ回収率 **57.2%**
注文書袋・保冷箱内袋回収率 **23.9%**

理事会だより

2023年度 第12回 5月23日（木）開催

承認及び報告された主な議題は次の通りです。

決まったこと

1.4月度事業・経営報告 承認の件

- 4月29日（月）にコープみらい・コープデリ連合会からの出向者として3名の職員を新たに迎え、4月30日（火）に配属式や配属時研修を実施しました。その他、被災地で仮設住宅の設置が進む中、調味料セットのお届けを継続しました。
- 組合員の安否確認を継続して進め、のと北部センター全体のカタログ配布は、震災前の約50%まで回復しました。
- 4月1日（月）からコープ共済連と全国生協によるCO・OP共済契約組合員へのお見舞い訪問を再開し、珠洲市、輪島市、能登町、七尾市能登島の671件に訪問し、お会いできた209件にお見舞金手続きの対応を行いました。
- コープ農園、水田体験コースに登録した12家族（大人21名、子ども24名）が4月27日（土）田植え体験に参加し、農作業の苦労や喜びを通して食の大切さを学ぶ機会となりました。
- フードドライブを4月14日（日）に南加賀地域協議会で開催し、93点、5.9kgの食品が提供され、いしかわフードバンク・ネットを通して地域の社会福祉協議会に寄贈しました。

2.第25回通常総代会議案（第2号・第3号議案）承認の件
3.加盟団体総会議案の組織判断の件

報告されたこと

1.2024年度 期中業務機構の変更について
2.春の総代会議（速報）と今後の対応について

CO·OP 掲示板

組合員の声と願いに応えるために 第25回通常総代会報告

第25回通常総代会が6月12日（水）石川県地場産業振興センターで開催され、364名の総代が出席し（書面議決含む）、提案された全議案を賛成多数で可決しました。コロナ禍以降、規模を縮小して開催してきましたが、5年ぶりに通常規模での開催となりました。

大谷理事長からは、令和6年能登半島地震で被害に遭われた方へのお見舞いの言葉とともに、発災以降、日本生協連をはじめ全国の生協から支援に駆けつけ寄り添いと励ましをいただき、大きな力になったこと、今後も被災した組合員や職員、そして地域の皆さまの暮らしが再建するまで、一人ひとりに寄り添い続け、息の長い支援を続けていくことなどの挨拶がありました。

議事は議案書に基づき第1号議案から第5号議案まで提案されました。議案について6名の総代から、能登半島地震被災者への対応、SDGs、組合員活動や地域協議委員について、平和と憲法を大事にする取り組みや志賀原発廃炉に向けた取り組みの要望などの発言がありました。理事会からの回答の後、審議は終了し採決が行われ、全議案を賛成多数で可決しました。

出席した総代感想

今回初めて参加させていただきました。発言をされた方々は、とても緊張したと思いますが、ちゃんと想いが伝わりました。

コープいしかわの復興支援や平和への活動、地域に寄り添うさまざまな活動に尽力する姿勢にとても感動しました。これからも組合員一人ひとりの意見にも真摯に向き合って、より良いコープを作っていってください。

久しぶりの総代会参加でした。総代会に参加することで、コープいしかわの姿勢、取り組み方針などいろいろ大切なことを感じること、考えることができました。参加できて良かったです。ありがとうございました！

● 議案一覧と採決結果

議案	内容	結果
第1号議案	2023年度活動のまとめ、及び2024年度活動の方針 承認の件	可決承認
第2号議案	2023年度決算、及び剰余金処分案 承認の件	可決承認
第3号議案	2024年度予算 決定の件	可決承認
第4号議案	役員選任の件	可決承認
第5号議案	役員報酬決定の件	可決承認

● 役員体制の報告

総代会で役員の選任が行われ、第1回理事会で新体制が決まりました。

出資配当のお知らせ

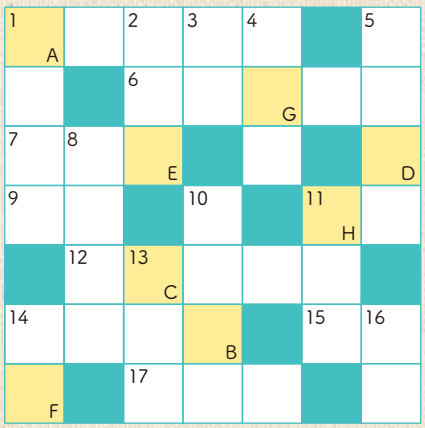
6月下旬より「総代会報告と出資配当のご案内」をハガキにてご案内いたします。出資配当は生協の事業活動で出た剰余金を組合員に還元するものです。

【出資配当率】
2023年度平均出資額の0.30%

CROSS WORD PUZZLE

A	B	C	D	E	F	G	H

□の中の文字をA～H順に並べて
言葉を作ってください



正解者の中から抽選で30名の方に
コープの商品を差し上げます。

締め切り **7月20日（土）**

たてのカギ

1. 赤ちゃんを産む前に感じる痛み
2. 外で絵を描く時に
首からぶら下げて使う
3. 針の穴に通すのは？
4. 彼の母は教育のために
3回も転居した。孟母三遷
5. 東京八重洲にある
石川県の○○○○ショップ
8. 「奴（やっこ）」の○○○○を持つ豆腐
10. 傷んだ所を補って繕うこと
11. 北陸新幹線で○○○県敦賀まで行く
13. 服を○○○前（反対）に着る
14. 内ではなく、○○づらが良い
16. 新紙幣五千円札の顔は○○梅子

よこのカギ

1. 特別栽培マルタの○○○○○
6. 弓で弦を弾く蒙古族の楽器
7. 定員2人の宿泊部屋
9. 今年の○○の日は7月15日
11. 甘露煮などで食べる淡水魚
12. 人工的に育てる産業
14. ボートの漕ぎ手
15. 英語では「when」
17. ○○○を走るな！

応募総数 972 通

正　解 958 通

5月号（4月29日発行）の答は
「ミニメロンパン」でした。
正解者の中から30名の方に
コープの商品をお送りします。

パズルの応募は下の広報部行き用紙に答を記入し生協店舗、宅配の担当者へお渡しください。
ハガキやホームページ、右記の2次元コードからも応募できます。個人情報は、景品発送、紙面編集に使用します。

【宛　先】〒920－2148 白山市行町西1番地
コープいしかわ広報部

※当選者の発表は、景品の発送をもって代えさせて頂きます。

とらいあんぐる 2024 7 Vol.292
発行日：2024年7月1日　発行：生活協同組合コープいしかわ　編集：とらいあんぐる編集室
住所：〒920－2148 白山市行町西1番地　電話：（076）275－9683

《Vol.292》機関紙とらいあんぐる 広報部行

パズルの答

ふりがな
氏 名　　ペンネーム（　　）

※紙面に掲載する場合はペンネームまたはイニシャルで掲載。※小学生以下の場合は年齢も記入。

在住市町　　組合員コード
または電話番号

よかったもの・面白かったものに3つまで○をつけてください。

□産地・メーカーをたずねて　□リフレッシュタイム　□あんあんニュース
□どれが好き？お豆腐徹底比較！　□今月の花・宅配ものがたり　□みんなの広場
□能登半島地震 取り組んだこと　□みんなのレシピ　□こんな声がありました！

※記載された個人情報は、景品発送、紙面編集に使用します。
お便り・みんなのレシピ・イラスト（9月号掲載）など 記入欄

〈キリトリ線〉

コープいしかわの「今」がわかる　コープいしかわ インスタグラム・フェイスブック

コープいしかわ連絡先一覧

●お問い合わせは、コールセンター
0120-759-853 携帯電話からもつながります
（月～金 8：30～20：00／土 8：30～14：00）

コープいしかわ 検索
https://www.ishikawa.coop/contact/form/
メールからもお問い合わせいただけます

●電話でのご注文は、注文受付専用ダイヤル
0120-502-882
（配送曜日当日 12：00～21：00／翌日 8：00～11：00）
※土曜日11：00～翌週月曜日12：00までは注文の受付ができません。

●コープ共済センター
0120-50-9431（月～土 9：00～18：00）

●ケアセンター金沢デイサービスこーぷあいあい
076-292-3390（月～金 8：30～17：30）

●コープたまぼこ
076-292-3338（9：30～21：00）

●コープおおぬか
076-220-6688（9：30～21：00）

●コープこまつ
0761-46-5750（9：30～20：30）

コープいしかわ